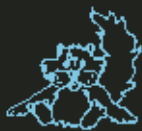




ARRASATEKO UDALA

Bizkaiko Urtxintza
Eskola19. alea
2005-MartxoaHEZKIDETZAN
Pausoz pausoPaso a paso
En la COEDUCACIÓNZAPATUERO
GAZTENAHASTE

S e x u a l i t a t e a

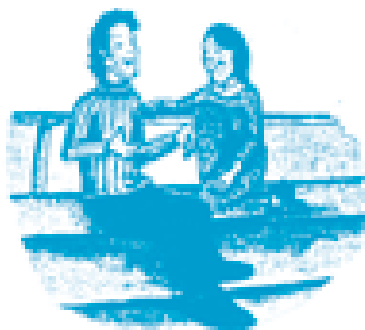
*Zer da zure ustez sexualitatea?
¿Qué es en tu opinión la sexualidad?*

SEXUALITATEAZ HITZ
EGIN DEZAGUN
Hablemos sobre sexualidad

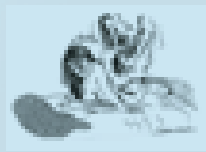
Zein hitzekin lotuko zenuke?

¿Con qué palabras la relacionarías?

Plazerra	komunikazioa	gorputza	gurasoak
Orgasmoa	masturbazioa	mina	desioa
Sexua	beldurra	zakila	burua
Titiak	zoriontasuna	azala	erakarpena
Alua	autoezagutza	haurdunaldia	maitasuna

*SEXUALITATEA BIZITZEKO ERAK HAMAIKA DIRA, PERTSONAK BESTE**Pertsona bakoitzak bere erakargarritasuna dauka, gauzak adierazteko eta adierazi ditugun sentimenduetan geure era berezia. Denak ezberdinak gara, ez hobeak ezta okerragoak ere, gutako bakoitzak pertsona bakarrak bihurtzen gaituzten ezaugarri bereziak ditugu.**Existen múltiples formas de vivir la sexualidad, tantas como personas**Cada persona tenemos nuestro atractivo, nuestra forma particular de expresarnos y de vivir los sentimientos. Todas y todos somos diferentes, ni mejores ni peores, sino con nuestras peculiaridades que nos hacen ser personas únicas.*

Sexualitatea



Sentimendu, portaera eta orientazio sexualak aztertzen
Analizando los sentimientos, la orientación sexual y las conductas sexuales.

Zer da zer? (Lotu hitza eta azalpena gezien bidez)

Trabestia

Transexuala

Heterosexuala

Homosexuala

Desira Deseo

Bisexuala

Erakarpena
Atracción

Baginaren
bidezko koitua
Coito vaginal

Maitemintzea
enamoramiento

Masturbazioa

Sexu fantasiak
fantasias
sexuales

Sexu portaera
conductas
sexuales

☞ Bere sexu biologikoarekin gustora badago ere, sexu satisfaxioa lortzeko beste sexuko en arropak janztea gogoko duen pertsona. Es aquella persona que sintiéndose a gusto con su propio sexo biológico, le gusta vestirse con ropas de otro género, obteniendo con ello satisfacción sexual.

☞ Bere sexukoak ez diren pertsonen erakartzen duten pertsona bat. Persona que se siente atraída por personas del otro sexo.

☞ Gizonezkoak zein emakumezkoak atsegin dituen pertsona da. Persona que se siente atraída tanto por hombres como por mujeres.

☞ Zakila baginan sartzea. Introducción del pene en la vagina.

☞ Bere sexu biologikoarekin psikologikoki bat ez datorren pertsona da. Emakumezko gorputz batean gizona dela sentitzen duen pertsona da, edo gizonezkoa izanik emakume dela sentitzen duena. Persona que no se siente identificada psicológicamente con su sexo biológico. Es la persona que se siente hombre dentro de un cuerpo de mujer o que se siente mujer en un cuerpo de hombre.

☞ Sexu bereko pertsonen erakartzen duten pertsona da. Persona que se siente atraída por las de su mismo sexo.

☞ Sexu jarduera egitera bultzatzen duen sentimendua, hala nola, beste pertsonekin gorputz harremanak izatera, sexu fantasiak... Sentimiento que impulsa a realizar actividades sexuales como entrar en contacto con otras personas, tener fantasías sexuales...

☞ Pertsonenganako zein gauzekiko desira sentimendua. Sentimiento de deseo hacia una(s) persona(s) u objeto(s).

☞ "Sorginkeria" egoera bat, bertan pertsona zehatz batengana-ko desira eta erakarpena daude. Estado de "encantamiento" donde existe un deseo y una atracción hacia una persona concreta.

☞ Pertsona batek bere sexu organoetan edo bere gorputzeko beste atal batean egiten duen autoestimulazioa da, plazerra lortzeko edo gorputzaren sentzazioak esperimentatu eta ezagutzeko helburuarekin. Es la autoestimulación que una persona realiza bien sobre sus genitales o sobre cualquier otra parte de su cuerpo para obtener placer o para experimentar y conocer propias sensaciones corporales.

☞ Esanahi erotikoa duten buruko irudiak dira, sexu kilikadura bultzatzen edo handitzen dutenak. Imagen mental que tiene un significado erótico para la persona y que suele utilizarse para activar o aumentar la excitación sexual.

☞ Norberari eta gainontzekoei desira, afektua, maitasuna, amodioa,...adierazteko erak. Formas de expresar el deseo, afecto, amor, cariño.. hacia una misma y hacia las otras personas.

Aldatu mitra

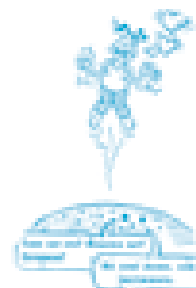
Ados al zaude hurrengo baieztapenekin?

Arrazoitu zure iritziak eta aipatutako testuarekin ados ez bazaude aldatu esaldia.

¿Estas de acuerdo con las siguientes afirmaciones?

Razona tu respuesta y si no estas de acuerdo con el texto cambia la frase.

	ADOS	KONTRAN
1. Homosexualak gaixorik dauden pertsonak dira. Los y las homosexuales son personas enfermas.		
2. Masturbatzen bazara antzu geldi zaitezke. Si te masturbas te puedes quedar estéril.		
3. Trabestiak homosexualak dira. Los y las travestís son homosexuales		
4. Baginaren bidezko koitoa egiten duzun lehenegoan ez zara haurdun gelditzen La primera vez que realizas un coito vaginal no te quedas embarazada.		
5. Sexu harreman natural bakarrak heterosexualak dira. Las únicas relaciones sexuales naturales son las heterosexuales.		
6. Lesbianak marimutilak dira. Las lesbianas son marimachos.		
7. Sexu harremanak errespetuan oinarritu behar dira. Las relaciones sexuales se tienen que basar en el respeto		
8. Sexuari dagokionez, nire lagunek egiten dutena egiten dut. Respecto al sexo hago lo mismo que hacen mis amigas o amigos.		
9. Neskak ez dira masturbatzen. Las chicas no se masturban.		
10. Hilekoarekin ez zara haurdun gelditzen. Con la regla no te quedas embarazada.		
11. Emakumeak dira antisorgailuaz arduratu behar direnak, emakumezkoen gauza baita. Las mujeres son las que se tienen que responsabilizar de los anticonceptivos, porque es cosa de mujeres		
12. Sexu harremana zakila aluan sartzea da. Una relación sexual es meter el pene en la vagina.		
13. Sexualitatean dena izan daiteke onargarria. En la sexualidad todo puede estar permitido.		
14. 16 Urterekin sexu harremanik ez baduzu izan, arraroa zara. Si con 16 años todavía no has tenido relaciones sexuales eres rara o raro.		
15. Neska batek asko ligatzen badu ospe txarra dauka. Si una chica liga mucho tiene mala fama.		



Sexualitatearen nahaste berraste

SENTIMENDU PSIKOSEXUALAK

Sentimientos psicosexuales

Nerabazaroan aldaketa psikologiko, sozial eta fisikoak ematen dira gazteengan. Sexualitateaz gozatzeko modua aldatzen da. Desira, erakarpena, maitemintze eta amodioa bezalako sentimenduak agertzen dira.

Durante la adolescencia se dan cambios físicos, psicológicos y sociales en las y los jóvenes. Aparecen los sentimientos de atracción, deseo, enamoramiento...

Sexu desira: barneko tentsio moduan somatzen da, sexu jarduerak egitera bultzatzen duena, beste pertsona batekin, norberak bere buruarekin, sexu fantasiak izatera...

Deseo sexual: tensión interna que nos impulsa a tener relaciones sexuales, con otras personas, consigo misma, a tener fantasías sexuales...

Erakarpena: Objektu edo pertsona konkretu batengana edo batzuegana zuzendua dago gure sexu desira. Bakoitzaren erakarpentia sentimendua subjektiboa da baina gizartean dauden hainbat eragilek eragina daukate (kultura, edertasun eredu...)

Atracción: El deseo sexual se orienta hacia una persona o personas concretas. La atracción es un sentimiento subjetivo, pero esta condicionado socialmente por diferentes factores (la cultura, el modelo de belleza)

Maitemintzea: desira eta erakarpenarekin batera pertsona eskusibitatearekin agertzen zaigu, bakar batekin maitemintzen gara.

Emamoramiento: junto con el deseo y la atracción aparece la exclusividad de la otra persona.

SEXU ORIENTAZIOA

Pubertaroan gertatzen diren hormona eta gorputz aldaketak, psikologikoak eta sozialak direla eta, gazteek ezagutzen ez zituzten sexu motibazioa, sentsazio eta interresetan aldaketa jasotzen da. Aro honetan sexu orientazioa ere zehaztuko da.

Los cambios hormonales, físicos, sociales y psicológicos que suceden en la adolescencia originan que las y los jóvenes tengan deseos, motivaciones e intereses sexuales que antes no tenían. En esta etapa también se va a ir concretando la orientación sexual.

Orientazioa norbere sexualki erakartzen duten pertsona da, beraz



bere sexu desira pertsona horrengana zuzenduko du.

La orientación viene determinada por quien nos atrae, y la orientación sexual se dirige hacia esa persona(s)

Hiru motatakoak izan daitezke: Pueden ser tres:

Heterosexuala:

Desira objektua beste sexuko pertsonak dira. El objeto de deseo es el otro sexo.

Homosexuala:

Desira objektua sexu bereko pertsonak dira. El objeto de deseo es el sexo propio.

Bisexuala:

Desira objektua beste sexuko zein sexu bereko pertsonak dira. El objeto de deseo es el otro sexo y el propio.

Genero rola (gizonezko, edo emakumezko portatuerak) eta sexu-orientazioa elkarrekin zerikusirik ez duten gaiak dira. El rol de género (comportamientos masculinos o femeninos) y la orientación sexual no tienen nada que ver.

SEXU PORTAERAK

Comportamientos sexuales

Masturbazioa, sexu fantasiak, gorputz laztanak, musuak, baginaren bidezko koitoa, ipurtzuloren bidezko koitoa, ahoaren bidez kilikatzea, fetitxismoa, exhibizionismoa, masokismoa...

Masturbación, fantasías sexuales, caricias, besos, coito vaginal, coito anal, excitación con la lengua, fetichismo, exhibicionismo, masoquismo...

Sexu portaeren mugak beste pertsonen nahien, desireri eta gustuei izan beharreko begiruneak ezartzen ditu. Beste pertsonekin komunikatzen garen neurrian eta beren norbanakako eskubi-deak errespetatzen ditugun neurrian afektu eta sexu harreman osasungarriagoak eta inhibizio gutxiagokoak ezarriko ditugu, norberaren beldur eta tabuen adierazpena ahalbidetuz.

El límite de las conductas sexuales lo establece el respeto a las apetencias, deseos y gustos de la otra(s) persona(s). En la medida que nos comuniquemos con las otras personas y respetemos sus derechos personales estableceremos una relación afectiva y sexual mas saludable y con menos inhibiciones, permitiendo la expresión de los propios miedos y tabues.

Zer iruditu zaizu boletin hau? ¿Qué te ha parecido este boletín?